

## 各相談室・検査の連絡先

## ●緩和ケアセンター

Tel/088-633-7457 (Fax兼用)

## ●PET/CT検査

Tel/088-633-9106 Fax/0120-335-979

## ●セカンドオピニオン外来

Tel/088-633-9654 Fax/088-633-3978 ※完全予約制

## ●女性外来

Tel/088-633-9177 (Fax兼用) ※完全予約制

## ●遺伝相談室

Tel/088-633-9218 Fax/088-633-9219 ※完全予約制

## 編集後記

真新しい制服に身を包んだ学生さん達の姿はほほえましく、つい応援したくなります。徳大病院でも新しいスタッフを迎えました。彼らの持つフレッシュな感覚を良い刺激として、初心を忘れずよりよい病院づくりに励んで参ります。ご意見ご要望などは是非お寄せ下さい。(C.S.)

発行者 病院長 香川 征

編集委員長 楊河 宏章

編集委員 苅原 稔 山下 恭 西野 泰正 長山 勝  
篠原 千尋 吉平 富久 武田 憲昭 濱岡 廣安  
佐野 章 岩崎 裕一 橋本 茂 森口 博基  
六車 直樹 高松 典通

事務 総務課広報・企画部門 (088) 633-7697

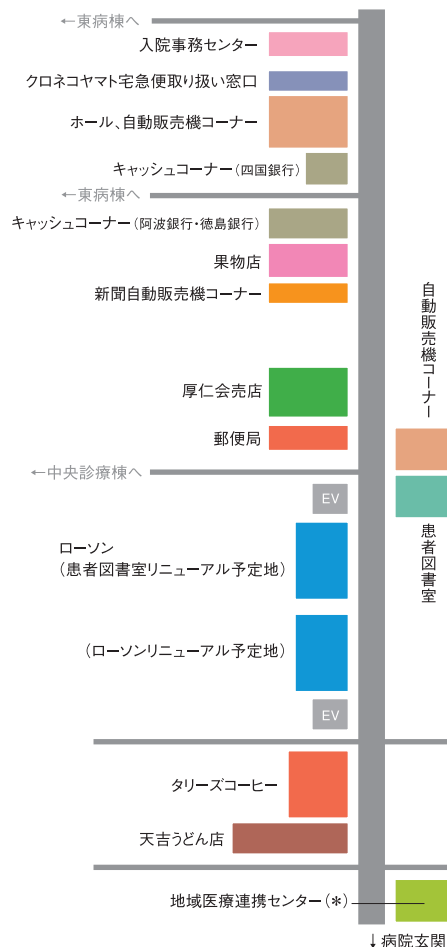
 徳島大学病院  
Tokushima University Hospital

http://www.tokushima-hosp.jp/

■ご意見のある方はこちらまでご連絡下さい。  
bsoumuss1@jim.tokushima-u.ac.jp

病院内施設がますます便利に充実しています。

## ホスピタルロード (病院1階)



(\*) 地域医療連携センター

Tel / 088-633-9107 Fax / 088-633-9107  
088-633-9056

カラダもココロも健康に

いきいきらしいふ

no.15  
2007.SPRING

徳大病院だより

特集

ああ、もしかして  
五月病かしら...!?

## ■CLOSE UP

徳島でも質の高い  
がん診断治療が受けられます  
徳島大学病院は  
『がん拠点病院』に  
認定されました!!

## ■徳大病院ニュース

- [徳島大学病院フォーラム2007]を開催しました
- クローン病患者さんと  
[レストランで楽しむ忘年会]を開きました
- 治療に参加しませんか?
- 補完代替療法室のご案内
- ローソン、患者図書室がリニューアル!

## ■薬の豆知識

- 正しい薬の保管方法は?

## ■最新医療の現場

- 子宮をちゃんと残しておける、最新レーザー治療
- 神経放射線学的検査による発達障害児の  
脳内メカニズム

## ■食事のヒント

- 症状にあわせたクローン病食

## ■何でもQ&amp;A

- 遺伝相談室って何?

 徳島大学病院  
Tokushima University Hospital

# ああ、もしかして 五月病かしら…!?

転職や転勤、入学などで、身の回りの環境がガラリと変わってしまうこの時期。なんだか、疲れがたまったり、憂鬱な気分が続いたりして、「私、五月病（ごがつびょう）かも…」なんて言ってる人、多いですね。実は五月病は正式な病名ではないんです。人にとって様々な転機が起こりやすい時期にこのような状態になるので、日本ではそう呼ばれていますが、精神的には「適応障害」にあたります。これがひどくなると「うつ病」にまで発展してしまうことに…！ 環境の変化は、知らず知らずのうちにストレスをため込んでいるもの。場合によっては、医師への相談も必要です。ストレスをため込まないためにも、まず今の自分の心身の状態をチェックしてみましょう！

## 初期症状

（体にはあまり症状が出ない）  
不安・緊張・イライラ・気が張りつめている・不眠etc.

こうなると、ストレス発散が自分では上手くできなくなり、休養を取る必要性が出てきます。上手く発散できるよう、危険信号を感じたらかかりつけの医師や、精神科・心療内科で相談してみましょう。

## 危険信号

（体に症状が出てくる）  
憂鬱感・無力感・全身倦怠感・仕事に手につかない・慢性的な不眠・食欲減退・めまい・肩こり・動悸・息切れ・腸の不具合etc.

## 五月病かな?と思ったら…



- まずは、ストレスをため込まないこと。
- 音楽を聴いたり、スポーツ、入浴など、自分なりにリラックスできることをする。
- 一人で抱えこまないで、家族や友人に相談し、サポートしてもらおう。
- アルコールは飲み過ぎない。
- 規則正しい生活を。

五月病は、「心のスランプ」。  
ちゃんと対処すれば必ず治りますよ。



説明は、  
**井崎ゆみ子**  
（いざき ゆみこ）  
精神科神経科・心身症科 外来医長  
徳島大学病院  
■問い合わせ先 088-633-7130

## CLOSE UP!



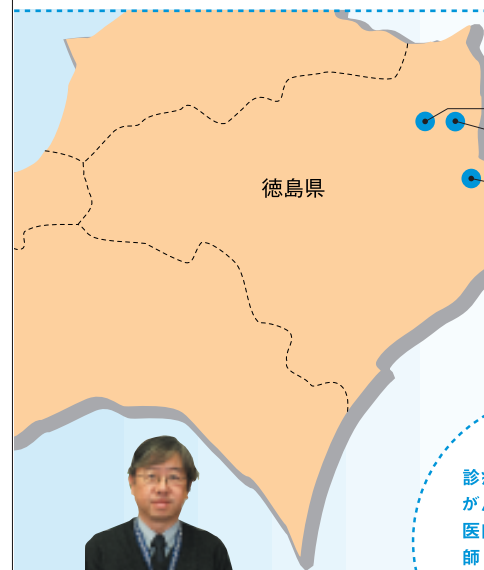
徳島でも質の高いがん診断治療が受けられます。

徳島大学病院は『がん拠点病院』に認定されました!!

『がん拠点病院』ってナニ？

日本人の3人に1人ががんによって死亡すると言われる中、全国どこでも質の高いがん治療が受けられるように、地域で中央のがんセンターと同様の治療ができるようにと、できたのが『がん拠点病院』。つまり『がん拠点病院』は、“身近にあるがんセンター”なのです。日本では今年4月1日から「がん対策基本法」が施行され、国や自治体がリーダーシップを取り、がん対策に本格的に取り組んでいくことになりました。今までなかった「がん登録」も行われるようになることで、地域で発祥するがんの把握やその対策なども考えていけるようになります。

現在、徳島県のがん拠点病院はこうなっています。



鳴門市・徳島市の拠点病院

全県を代表する拠点病院

小松島市・阿南市の拠点病院

〔徳島大学病院〕

〔徳島県立中央病院〕

〔徳島赤十字病院〕

▲保健所の設置されている各地域の医療圏に、拠点病院を増やしていくというのが今後の目標。

## 徳島大学病院の拠点病院としての特徴

診療科間を越えた連携、  
がんのスペシャリストの  
医師・看護師・放射線技  
師・臨床心理士・診療録  
管理士などでチーム医  
療を行います。

特に「緩和ケア」に力を  
入れていきます。臨床心  
理士などの参加で、患者  
さんの相談や心のケアを  
しっかりと行っていきます。

患者さんの“かかりつけ医”さんとも連携して治療を行います。

「患者さんのことを第一に考えて治療に取り組もう!」とがん治療のプロフェッショナル達が対応します。



説明は、**近藤和也**（こんどう かずや）  
がん診療連携副センター長  
徳島大学医学部 保健学科 教授  
■問い合わせ先 088-633-7143

## 徳大病院ニュース 徳島大学病院の最新情報をお届けします

### [徳島大学病院フォーラム2007]を開催しました



1月13日(土)、NPO法人徳島医学研究・教育支援機構、徳島新聞社との共催により、ホテルクレメント徳島で[徳島大学病院フォーラム2007]を開催しました。第一部の「がんとサプリメント／補完代替医療の可能性を探る」をテーマとした市民公開講座には、約700名の市民が来場。追加の椅子を用意するほどでした。香川征病院長の挨拶後、「がん治療に向けた徳島大学病院の取り組み」を近藤和也がん診療連携センター長が、「徳島大学病院補完代替医療室のご案内」を楊河宏章補完代替医療室長が紹介。続いて行われた「がんの補完代替医療-いわゆる健康食品の検証-」、「メディカル・アロマセラピー」をテーマにした講演にも皆さん興味深く聞き入っていました。また、参加者と講師との質疑応答では多くの質問が寄せられました。第二部は、「とものにがん闘うあなたへ」をテーマに約160名の医師や看護師が参加。徳島大学病院がん診療連携センター研究会を実施しました。「がん化学療法の標準化」や「がん治療の最前線／継続ケアとチーム医療を考える」をテーマにした講演が行われた後、活発な質疑応答を行いました。

### クローン病患者さんと[レストランで楽しむ忘年会]を開きました

2006年12月、クローン病患者会の皆さんと[レストランで楽しむ忘年会]を開きました。クローン病は、消化管の至るところに炎症が現れ、腹痛、下痢、発熱などが生じる特定疾患治療の対象疾患です。栄養の摂り方は、状態が悪いときは輸液で、良くなるにつれて成分栄養剤や低残渣食(\*)を組み合わせた食事療法を行います。外食では制限や注意点が多いクローン病患者さんにレストランで安心して忘年会を楽しもうと企画しました。レストラン『エルボ』のシェフと入念に相談し、メニューを作成しました。食事のコースは症状にあわせた2コースを設け、より楽しい雰囲気でお食事できるようにセッティングしました。当日は患者会[WITHの会]の人々のほか、アドバイザーとして本院の宮本先生(消化器内科)や梶川先生(東徳島病院)も参加。自己紹介や日頃の経験談や情報交換、治療や日常の悩みなどを話し合い、優雅な気分でした。リラックスし、おしゃべりと料理を堪能しました。オーダーはAコースが3名、Bコースが12名、どちらも大満足の味わいでした(メニューは[食事のヒント]P6にて)。

\*低残渣食(ていざんさしょく)  
＝食物繊維の少ない食事



### 臨床試験管理センターからのお知らせ 治験に参加しませんか？

治験(ちけん)とは、新しい薬が一般的に使用される薬として認められるように“ひと”で安全性、有効性を確認する試験のこと。日常の診療に加えて、より慎重なかたちで行われています。未来の子どもたちのために、ぜひご協力をお願いします。

#### [現在、治験への参加をお願いしている病気]

- 腎細胞癌
- 急性期脳内出血
- 脳梗塞
- 急性肺障害
- 重症筋無力症
- アルツハイマー病
- 多発性骨髄腫
- 潰瘍性大腸炎
- 骨粗鬆症
- 強迫性障害(小児)
- 深在性真菌症(小児)

#### ■問い合わせ先

臨床試験管理センター Tel.088-633-9294



### 補完代替療法室のご案内

補完代替療法のなかで、皆さんに最もご関心の多い食品、漢方などの薬品に関するご相談に応じる窓口を開設することになりました。完全予約制を予定しており、詳細や予約方法などは追ってホームページ等に掲載予定です。

### ローソン、患者図書室がリニューアル!

旧第1売店を改修し、[ローソン]がリニューアルオープンします。そして、現在の[ローソン]の場所に[患者図書室]が移転します。より快適な空間作りを目指していきますので、どうぞご期待ください。

## TOKUDAI NEWS

### コラム

### 薬の豆知識



### 正しい薬の保管方法は？

皆さんは薬をどのように保管していますか。せっかく病院で診察を受け、薬を処方してもらっても、使用方法や保管方法を間違えると何にもなりません。どこに、どのように保管すれば良いか意外と勘違いをしている方も多いようです。一般的に薬の保管場所として[湿気を避けた冷暗所]が適していると言われています。また、錠剤、粉薬、シロップ剤など種類によって適した保管方法が異なります。冷蔵庫で保管すれば安心と思いがちですが、粉薬や錠剤などは冷蔵庫に出し入れすることで結露し、湿気をおびてしまいます。シロップ剤を子どもが間違えて飲んだり、冷えすぎた目薬が逆に刺激になるケースもあります。冷蔵庫の中は意外と汚れているので細菌汚染に十分注意し、子どもの手の届かない場所に内用薬と外用薬を分けて保管しましょう。薬の有効期限を確認してから使用することも大切です。

< 薬剤部 梅田貴文 >



# 最新医療の現場



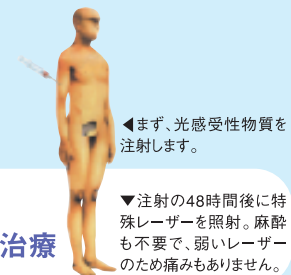
## 子宮頸癌手術の悩み、解消。 子宮をちゃんと残しておける、最新レーザー治療

産科婦人科・副科長 古本 博孝 ふるもとひろゆき

■問い合わせ先 産科婦人科 Tel.088-633-7175

子宮頸癌とは、子宮の入り口部分にできる癌のことです。HPVという皮膚や粘膜に感染してイボを引き起こすウイルスがあり、子宮頸癌患者の90%以上からこのウイルスが検出されます。性行為を持ったことのある人の9割が、HPVに感染すると言われていますが、感染のほとんどは放っておいても自然に治ります。ただ、一部持

続感染した人の中に、癌が発症する場合があるのです。従来の手術では、その部分を切除する方法が主だったため、妊娠・出産への影響が問題視されていました。しかし現在では『PDT／光線力学治療』が登場し、注目されています。特殊な薬を注射し、特殊なレーザーを患部に照射する方法です。これなら切除せずに済み、子



▲まず、光感受性物質を注射します。

▼注射の48時間後に特殊レーザーを照射。麻酔も不要で、弱いレーザーのため痛みもありません。



宮を残しておくことが可能です。ただ、薬の副作用で光に過敏になるため、最低2週間は暗い場所での入院が必要となります。最近、20代・30代の子宮頸癌患者が増えています。日頃からきちんと検診を受けましょう！



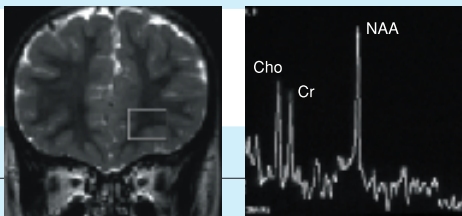
## 体を傷つけない非侵襲検査で解明！ 神経放射線学的検査による 発達障害児の脳内メカニズム

小児科 副科長 森 健治 もりけんじ

■問い合わせ先 小児科 Tel.088-633-7132

自閉症、学習障害、注意欠陥・多動性障害などが対象となる“発達障害”、文部科学省の調査では全国の小中学生の6.3%が発達障害の可能性があるとされています。[特別支援教育体制]や[発達障害者支援法]の施行からも分かるように、小児科領域でも発達障害が重要視されきているのです。最近、脳機能を傷つけることなく測定できる脳科学の進歩で、発達

障害児の脳内メカニズムが解明されつつあります。私たちは[核磁気共鳴スペクトロスコピー]を用いた検査で、自閉症児の情動処理に関わる前頭葉眼窩部や扁桃体などでNAA(\*)が低下していることを発見しました。NAAは神経細胞の活動性を反映しているため、これらの神経細胞障害が自閉症の症状に関与していると推測しています。また、[3次元MRI]を用



▲自閉症児の場合、前頭葉眼窩部でNAAの低下が認められます。

いた検査では、自閉症児の扁桃 bodies 体積が減少していることが分かりました。今後、研究の発展によって発達障害児の脳内メカニズムが明らかになり、医学的治療の開発に繋がると考えています。

\*NAA=N-アセチルアスパラギン酸

# 食事のヒント

テーマ

## 症状にあわせた クローン病食

クローン病は消化管の至るところに炎症が現れ、腹痛、下痢、発熱などが生じる病気です。症状にあわせて輸液や成分栄養剤、低残渣食(\*)などを組み合わせて回復・維持を目指す食事療法です。

\*低残渣食(ていざんさしょく)＝食物繊維の少ない食事



回答は、  
栄養管理室 室長  
高橋保子

### 食品を選ぶポイント

- ① 脂肪の質と量の制限
- ② 食物繊維量の制限
- ③ 刺激のある食品の制限

### 食事を開始するときの注意点

- ① 味付けは薄味、香辛料・刺激物を控える
- ② 食物繊維は細かく切る
- ③ 甘いもの、冷たいものは控える
- ④ 食事はよく噛んで、ゆっくり食べる
- ⑤ 食べ過ぎない
- ⑥ たんぱく質を摂り過ぎない
- ⑦ エネルギーの補給源は糖質を中心に

### 外食の場合の注意点

- ① 炎症、下痢があるときは控える
- ② 脂肪分の多い料理は控える
- ③ わかりにくい食材の料理は控える
- ④ マヨネーズ、ドレッシング類は控える
- ⑤ 食量を守り、体調にあわせて残す
- ⑥ 食事時間は規則正しく
- ⑦ ゆっくり、よく噛んで雰囲気を楽しむ
- ⑧ 雰囲気を楽しむ

### レストランで楽しむクローン病食

#### ■Aコース(流動食からベースト食程度)

[エネルギー441kcal、たんぱく質36.3g、脂肪13.2g、食物繊維0.38g]

- 冬野菜のスープ ●絹豆腐のブロッコリースープ添え
- 鯉のカブラ蒸し 和風ソースあんかけ ●粥梅風味
- 茶碗蒸し ●リンゴのゼラチンゼリー ●紅茶



▲Aコース:茶碗蒸し



▲A・Bコース:リンゴのゼリー



▲Bコース:鯉のカブラ蒸し

\*実際に開催された[レストランで楽しむ忘年会]の様子はP3にて。

# 何でもQ & A

## Q 遺伝相談室って何をするとところ？

A 遺伝性と考えられる病気のことによって不安や悩みを抱えている方に、遺伝に関する正しい知識と最新情報を提供します。ご自身が納得いく方向で悩みや問題を解決できるように自己決定を助ける支援を行っているところです。

## Q 相談をしたい場合はどうすればいい？

A まず電話でお問い合わせいただき来室日時を決めます。その際に相談内容も簡単に聞きます。そして、事前に聞きたい疑問、質問などを記入する[相談用紙]をお渡しし、記入したものを持参して相談に来てもらいます。

## Q よくある誤解や質問はどんな内容ですか？

A 実際は遺伝しないのに、遺伝する病気だと勘違いされることがあります。また、インターネットなどで情報が氾濫し、何が正しい情報からず困惑されたり、悪くなった例ばかりを見て必要以上に心配される方もいらっしゃるようです。



回答は、  
遺伝相談室 室長  
中堀 豊

■問い合わせ先  
遺伝相談室  
Tel.088-633-9218  
Fax.088-633-9219  
※完全予約制